Asociatia "HandHope"
Str. Băltăreţu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman

Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut"

ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali
Noiembrie 2018
Se distribuie gratuit
Nr. 189

„Căutați
pe Domnul
cîtă vreme
se poate găsi;
chemați-L,
cîtă vreme este
aproape."
Isaia 55:6

Editorial

Este nevoie stringentă de un puternic Act european privind accesibilitatea

-scrisoare deschisă către instituțiile UE-

Lavinia Elena Niculicea

Forumul european pentru persoanele cu dizabilități (EDF) și alte 19 organizații solicită ca factorii de decizie din UE să emită un act puternic și semnificativ pentru a proteja drepturile persoanelor cu handicap, deoarece mai multe state membre încearcă să elimine elemente esențiale.

În data de 26 septembrie, aceste organizații au publicat o scrisoare deschisă, îndemnând statele membre să îmbunătățească în mod semnificativ Actul european privind accesibilitatea înaintea următoarelor negocieri din 2 octombrie. Mai jos este redată scrisoarea deschisă către instituțiile UE:.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Averie Mitchell - pag. 3
Sunt un om bun, de ce mi-ar mai trebui credinţă? - pag. 4
Dialog între doi gemeni înainte de a se naște - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viaţă: As. „Ridică-te și umblă" - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Pot să fac asta - pag.16
Indiferent ce spun alții - pag.18

Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

„În numele a peste 80 de milioane de europeni cu dizabilităţi şi a 190 de milioane de persoane în vârstă de peste 50 de ani, noi, subsemnaţii, solicităm liderilor UE să convină asupra unui Act european privind accesibilitatea ambiţios înainte de 3 decembrie, Ziua internaţională a persoanelor cu dizabilităţi.

Propunerea Comisiei Europene pentru un Act european privind accesibilitatea, publicată în 2015, a fost un răspuns la cererile a milioane de europeni. Cereri care durează de mai bine de zece ani. A fost un început bun, dar acum am obosit să tot aşteptăm adoptarea sa.

Solicităm tuturor instituţiilor UE să ajungă la un acord politic înainte de Ziua internaţională a persoanelor cu dizabilităţi, din 3 decembrie. Această zi marchează, de asemenea, trei ani şi o zi de la publicarea propunerii.

Acordul trebuie să asigure un Act privind accesibilitatea, puternic, eficient şi care să reziste probei timpului.

Solicităm acoperirea unei game largi de cerinţe privind accesibilitatea, în special în următoarele domenii:

• Servicii de urgenţă pe deplin accesibile: aceasta este o problemă de viaţă sau de moarte. Milioanelor de europeni le este refuzată asistenţa medicală rapidă şi de salvare a vieţii. Actul trebuie să asigure accesul universal al serviciilor de urgenţă.

• Includerea microîntreprinderilor: până la 93% din produse şi servicii sunt create de microîntreprinderi. Este esenţial a avea acele produse prevăzute de Actul european privind accesibilitatea.

• Includerea accesibilităţii în achiziţiile publice, fondurile UE şi reglementarea TEN-T: dorim ca Legea accesibilităţii să se aplice achiziţiilor publice, fondurilor UE şi TEN-T. 16% din PIB-ul european este generat de achiziţiile publice. Autorităţile şi oficiile publice ocupă până la 30% din forţa de muncă, generând astfel un imens potenţial de inovare. Achiziţiile publice pot oferi stimulente pentru noile evoluţii în domeniul accesibilităţii.

• Accesibilitatea mediului construit: Actul acoperă multe produse digitale şi servicii importante, dar nu şi mediul construit care le înconjoară. Aceasta înseamnă că multe produse şi servicii vor rămâne inaccesibile, chiar dacă respectă Actul accesibilităţii. Este esenţial ca acesta să includă mediul construit. Prin urmare, solicităm o prevedere obligatorie privind mediul construit în textul final.

• Accesibilitatea transportului urban: transportul urban accesibil este important. Milioane de europeni se bazează pe transportul public pentru a-şi duce viaţa de zi cu zi. Ei îl folosesc pentru a merge la serviciu, pentru a merge la spital, pentru a se întâlni cu prietenii. Persoanele cu dizabilităţi trebuie să aibă acelaşi drept. Trebuie să aibă acelaşi acces.

Solicităm în mod special tuturor statelor membre care se opun cel mai mult îmbunătăţirilor să-şi depăşească obiecţiile. Ei trebuie să garanteze dispoziţii puternice care să îmbunătăţească viaţa nu numai a celor peste 80 de milioane de persoane cu dizabilităţi şi a celor 190 de milioane de persoane în vârstă de 50 de ani şi peste, ci şi a tuturor europenilor.

Cu stimă,
Forumul european
pentru persoanele cu handicap"

Comisia Europeană doreşte ca Actul să fie adoptat în acest an. EDF a dorit ca Actul să fie adoptat cu ani în urmă, pentru a face o diferenţă reală. De aceea, 20 de organizaţii, printre care Forumul european pentru persoanele cu dizabilităţi, Platforma AGE şi ANEC, s-au reunit acum.

„Un act puternic nu este o dorinţă, este o nevoie. Statele membre, în special 3, pun banii înaintea oamenilor. Ei pun vieţi în pericol prin diluarea Actului. Răbdarea şi diplomaţia noastră au limite. Ştim care sunt ţările în spatele acestei situaţii. Dacă în curând nu vom vedea o schimbare reală, publicul va şti de asemenea", a afirmat Yannis Vardakastanis, preşedintele EDF.

„Actul nu inventează noi drepturi. Toate statele membre au semnat deja un tratat al ONU care solicită accesibilitatea. UE acţionează doar asupra acesteia. Este meschin să diluezi Legea. „

Sunt programate două reuniuni de negociere: 2 octombrie şi 8 noiembrie. Sunt aşteptate progrese semnificative în ambele.

-sfârşit-

SURSA: http://www.jurnal-social.ro/scrisoare-deschisa-catre-institutiile-ue-este-nevoie-stringenta-de-un-puternic-act-european-privind-accesibilitatea/
Preluat cu permisiune

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548; www.asiromania.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061
ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Tipografia „Gîgîlice", tel. 0247-313041 şi 0748-137997

Averie Mitchell

„Povestea plină de inspirație a unei fetițe care face acrobații într-o sală de gimnastică, într-un picior”

Lavinia Elena Niculicea

Perseverență. Voință. Luptă. Curaj. Forță. Echilibru. Pasiune. Talent. Aceste atribute se împletesc frumos într-o mână de om. Averie Mitchell este o fetiță specială și uimitoare care nu s-a lăsat infrântă de provocările vieții. Ea a devenit o sursă de inspirație pentru milioane de persoane din lumea întreagă. Videoclipul în care ea face acrobații într-o sală de gimnastică, cu un picior protetic, smulge lacrimi și zâmbete de admirație.

Averie Mitchell, în vârstă de 11 ani, din Oklahoma, iubește gimnastica, animalele, Natura. În acest sens, ea nu se deosebește prea mult de ceilalți copii din orășelul ei natal. Diferența apare atunci te uiți la piciorul ei drept, care seamănă mai mult cu o mașinărie, decât cu mușchii și oasele unui om, rezultatul unei amputări a piciorului, mai jos de genunchi, la doi ani. În prezent, poartă o proteză de înaltă tehnologie, care îi conferă confort și o determină să fie încrezătoare. Ea chiar găsește puterea de a glumi pe seama piciorului ei artificial.

Averie s-a născut cu pseudartroză, o afecțiune care face ca substanța osoasă (calusul osos) să nu se formeze sau să se formeze defectuos ceea ce creează o pseudoarticulație. Adesea, picioarele copiilor născuți cu o astfel de boală sunt curbate, se rup ușor și nu funcționează așa cum ar trebui.

În urmă cu nouă ani, părinții au fost puși în fața unei decizii dificile: amputarea piciorului fiicei lor. Alegerea s-a dovedit a fi una corectă. Cu toate că operația a reușit, Kim, mama lui Avery, se întreba oare ce ar putea să facă un copil de 2 ani pentru a se bucura de o viață normală. Ea a găsit răspunsul doi ani mai târziu într-o sală de gimnastică, unde Averie a reușit să facă săriturile și rotațiile cu ușurință, deși avea un picior proteic. Parcă, gimnastica era făcută pentru ea și ea pentru gimnastică. Din acel moment, Averie s-a dedicat acestei activități, cu multă pasiune și devotament.

Probabil că nu ar fi putut alege o modalitate mai dificilă de a-și petrece timpul liber. Gimnastica necesită aptitudini fizice, disciplină, echilibru, atenție pentru detalii, simetrie și pregătire intensă.

Ea se antrenează de trei ore pe zi, patru zile pe săptămână. În iunie, Averie a participat la Campionatul Național de Gimnastică AAU, alături de competitoare sănătoase, câștigând locul trei la bârnă și terminând pe locul 10 la individual compus.

Averie concurează la paralele, bârnă și sol. Cel mai mult îi plac acrobațiile pe bârnă, cu toate că acest aparat este cel mai dificil. Imaginați-vă că faceți o săritură pe o bârnă de câțiva centimentri, fără să vă simțiți un picior!

„Am fost atât de emoționată când am participat la Campionatele Naționale… Acum obiectivul meu este să merg la olimpiade. Cel mai greu lucru cu privire la gimnastica cu o proteză este faptul că îmi lipsește articulația gleznei, însă am puterea de a depăși asta. Am învățat să mă descurc”, a povestit Averie pentru revista PEOPLE. „

Averie nu este singură în marșul ei prin viață. Îi are alături pe părinți, pe cele două surori, pe prieteni și coechipieri. Faptul că Averie pășește prin toate provocările vieții, cu un zâmbet pe față și o atitudine pozitivă este, probabil, cea mai mare realizare pentru părinții ei.

„Averie găsește întotdeauna o soluție, niciodată nu caută calea cea mai ușoară și nu se așteaptă la tratament preferențial din partea celorlalți. Ea muncește din greu, uneori cu umor, uneori cu lacrimi, dar întotdeauna cu determinare”, a declarat antrenoarea ei, Amanda Siniga.

Averie continuă să motiveze și să se autodepășească într-un sport plin de provocări, dar care-i conferă multe satisfacții.

„Nu mă ajut doar pe mine însămi, eu îi ajut și pe alții să-și depășească temerile”. De exemplu, pot să fac un exercițiu, iar celorlalte fete le e teamă să îl facă. Antrenorul meu o să spună: «O fată cu un singur picior poate să îl facă, îl poți face și tu. Ai două picioare! »”, a declarat Averie.

Ceea ce ne învață această fetiță curajoasă este că nu există limite reale, acestea ni le punem noi înșine. Nimic nu este imposibil atunci când crezi în tine și iubești ceea ce faci. Ea reușește să treacă prin labirinturile vieții cu acrobații și salturi, cu entuziasm și încredere.

-sfârșit-

Sursa: http://www.jurnal-social.ro/povestea-plina-de-inspiratie-a-unei-fetite-care-face-acrobatii-intr-o-sala-de-gimnastica-intr-un-picior/
Preluat cu permisiune

Sunt un om bun, de ce mi-ar mai trebui credință?

Nicu Butoi

Unele dintre cele mai surprinzătoare statistici fac referire la moarte și la cauzele ei. Se pare că mai mulţi oameni mor în accidente petrecute în bucătărie decât în accidente de avion, că alcoolul, tutunul și drogurile distrug cu mult mai multe vieţi decât războaiele și că mai mulţi oameni mor din cauza încăpăţânării decât din cauza bolilor cardiovasculare.

Astfel de statistici răstoarnă imaginea vieţii și a morţii așa cum o știam noi. Câţi oameni vor muri din pricina mândriei, a prostiei, a răutăţii, a răzbunării sau necredinţei, câte destine se vor rata, câte realizări vor fi pierdute din cauza mulţumirii și înălţării de sine? Dar câţi vor pieri pentru că sunt „buni”? Câţi vor refuza să primească harul lui Dumnezeu pentru că „nu duc lipsă de nimic”? Acestea sunt adevăruri care nu apar în ziare sau în statistici. Nimeni, în afară de Dumnezeu, nu cunoaște proporţiile și natura acestor lucruri și ale altora asemănătoare, dar ceea ce știm este că ele există și că sunt la fel de reale ca viața noastră.

Ce îmi mai lipsește?

John Trapp (1601-1669), comentator englez al Bibliei, observa că întrebarea „Ce îmi mai lipsește?” rostită de tânărul bogat în dialogul său cu Iisus implică posibilitatea unei forme grave de autosuficienţă. În general, se crede că această întrebare este doar semnul unei lipse pe care o resimţea tânărul bogat și al unei dorinţe de împlinire. Așa cum s-a văzut însă din reacţia lui faţă de Iisus, această întrebare era simptomul unei forme de înălţare de sine care, logic, îl face pe om să creadă că este bun și că nu are nevoie de Dumnezeu. În loc să se bucure în adorare fiindcă Domnul îi oferă un loc lângă El, tânărul bogat „a plecat întristat”. Refuzul de a-L urma pe Iisus este cea mai crudă contrazicere a ceea ce credea și spunea el despre sine și despre viața lui spirituală.

Adevărata noastră problemă este nevoia de a afla răspunsul nu la întrebarea „Ce îmi mai lipsește?”, ci la întrebarea: „Ce nu îmi lipsește, Doamne?”. „Știu, în adevăr, că nimic bun nu locuiește în mine, adică în firea mea pământească…” (Rom. 7:18), strigă Pavel, iar Isaia este de acord cu el: „Din tălpi până-n creștet, nimic nu-i sănătos…” (Is. 1:6). Apoi, privindu-și chipul în oglindă, geme: „Vai de mine! Sunt pierdut, căci sunt un om cu buze necurate, locuiesc în mijlocul unui popor tot cu buze necurate și am văzut cu ochii mei pe Împăratul, Domnul oștirilor!” (Is. 6:5). Privindu-și viața în această lumină lină, el exclamă: „(…) toate faptele noastre bune sunt ca o haină mânjită. Toţi suntem ofiliţi ca o frunză și nelegiuirile noastre ne iau ca vântul.” (Is. 64:6)

Aceste lucruri însă nu pot fi spuse decât dacă L-ai văzut cu ochii tăi pe „Împăratul, Domnul oștirilor” (Is. 6:5). Întrebarea „Ce îmi mai lipsește?” alături de siguranţa că „nu duc lipsă de nimic” nu pot fi altceva decât produsul unei deplorabile ignoranţe. Cele două reprezintă, de fapt, ca și afirmaţia și întrebarea din titlu o combinaţie de expresii pe care am întâlnit-o verbalizată și trăită adesea. Personal, m-am simţit vizat și rănit de ea în diverse forme și în multe ocazii.

Două erori

La baza acestui mod de gândire – „Sunt un om bun, de ce mi-ar mai trebui credinţă?” – stau două monumentale erori. Cea dintâi este că o ființă umană, undeva, cumva, ar fi bună în sine însăși. Așa ceva nu există. Bun este unul singur – Dumnezeu. A doua eroare, egală cu prima, este că viața de credinţă le-ar fi rezervată exclusiv oamenilor răi și care fac răul. Ambele erori sunt produsul unei confuzii: se confundă omul cu Dumnezeu și se confundă umblarea cu Dumnezeu și viața de credinţă în Iisus Christos cu tribunalul, închisoarea sau școala de corecţie. Acestea sunt, într-adevăr, instituţii rezervate persoanelor care practică răul, mai ales pe cel social. Ele sunt instrumentele societăţii civile puse în slujba protecţiei societăţii și individilor.

Credinţa în Domnul nostru Iisus Christos este însă cu totul altceva. Ea nu îi cheamă doar pe cei răi sau doar pe cei buni, ci ea îi cheamă pe toţi. Ea îi cheamă, deopotrivă, pe Natanael, care se roagă sub smochin, și pe Matei, de la vama lui blestemată de atâţia oameni. Le cheamă la fel pe fecioara Maria și pe Maria Magdalena, îi cheamă pe Avraam și pe Rahav. Nu există nicio deosebire de rasă, cultură, moralitate, spiritualitate sau religie. Iisus, Evanghelia întrupată, le spune cam aceleași cuvinte lui Zacheu cel pocăit și tâlharului muribund („Astăzi a intrat mântuirea în casa aceasta!” (Luca 19:9), respectiv „Adevărat îţi spun că astăzi vei fi cu Mine în rai!” (Luca 23:43)). Scriptura spune că El îl iubește pe tânărul bogat la fel ca pe Ioan, chiar dacă unul a plecat de la El, iar altul și-a rezemat capul de pieptul Lui. Ei nu erau aceiași faţă de El, dar El era același faţă de ei. Aceasta este Evanghelia,

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

spre deosebire de sistemul penitenciar sau de corecţie.

Adevărata credinţă nu a fost niciodată poliţie. Ea este întemeiată pe vestea cea bună, nu pe amenzi sau condamnări la moarte. Evanghelia înseamnă vestea bună şi în aceasta constă credinţa. În momentul în care cineva respinge vestea cea bună, alege opusul ei.

Iisus, confundat cu Iuda?!

Este posibil ca o anume persoană să fi văzut la oamenii credinţei un mod de viaţă de nedorit şi, în ciuda apelurilor acestora, aceasta rămâne departe, fiindcă se simte într-o poziţie mai bună, prin comparaţie. Este însă în vreun fel justificată confundarea lui Iisus cu Iuda, trădătorul; cu Petru, tăgăduitorul, sau cu Ioan, care este gata să comită genocid asupra samaritenilor neospitalieri? Există vreo justificare în a-i confunda pe ucenici, care au fugit, cu Iisus, care întreabă: „Pe cine căutaţi?" (Ioan 18:4). Aşadar nu ai nevoie de credinţă fiindcă eşti rău sau bun, ci fiindcă eşti om creat de Dumnezeu şi „atât de mult a iubit Dumnezeu lumea (…)" (Ioan 3:16). A spune „nu" credinţei este egal cu a lepăda iubirea lui Dumnezeu. Putem lepăda orice, dar putem oare lepăda iubirea? Pentru aşa ceva nu există scuză şi nici iertare de sine.

Bunătatea care duce la moarte

Cumva, privim la vameşul de lângă noi şi spunem: „(…) nu sunt ca ceilalţi oameni, hrăpăreţi, nedrepţi, preacurvari, sau chiar ca vameşul acesta" (Luca 18:11). Pe cât este de nostimă această afirmaţie, pe atât este de adevărată, dar în sens invers. Într-adevăr, fariseul nu este ca vameşul, fiindcă vameşul, după intervenţia lui Iisus, s-a smerit şi s-a întors acasă socotit neprihănit, pe când despre fariseu nu s-au putut spune aceste cuvinte. Cu adevărat fariseul nu era ca vameşul. Ar fi fost de dorit să fie cel puţin aşa. Din nefericire, înălţarea de sine l-a împiedicat pe fariseu să vadă valoarea reală a lucrurilor şi întâlnirea lui cu realitatea îi pregătea cea mai zdrobitoare surpriză.

Cine ţi-a spus că eşti bun?

Pilda fariseului şi a vameşului a fost rostită de Iisus pentru „unii care se încredeau în ei înşişi că sunt neprihăniţi şi dispreţuiau pe ceilalţi" (Luca 18:9). Aceasta era, şi este, nenorocirea vieţii: credinţa în neprihănirea sau în bunătatea proprie. Dacă s-ar putea vedea jalnicul convoi al celor care se coboară în moarte, în fiecare zi, din cauza „bunătăţii" lor! De unde ştii că eşti bun? Domnul îl întreabă pe omul care spune că e gol: „Cine ţi-a spus că eşti gol?" (Gen. 3:11). Contează enorm cine ţi-a spus asta. Cine ţi-a spus că eşti bun? Poate fi vorba de un raţionament circular: spui despre tine ceea ce ţi-ai spus tu ţie, eşti bun pentru că zici că eşti bun? Din fericire, abilitatea de a pune semnul egal între a zice şi a face este a lui Dumnezeu, exclusiv: numai El „zice şi se face, porunceşte şi ce porunceşte ia fiinţă" (Ps. 33:9). Fariseul zice (despre sine), dar nu face (din sine) ceea ce zice, el porunceşte (cu privire la ceva anume), dar ce porunceşte nu ia fiinţă (nu devine ceea ce a zis el că este): „Căci ei zic, dar nu fac." (Matei 23:3). Ar fi un gest de naivitate vinovată să luăm asupra noastră această prerogativă.

Avem nevoie să supunem gândul nostru testului lui Iisus: „după roadele lor îi veţi cunoaşte" (Matei 7:20). Care sunt roadele convingerii tale că eşti bun? Ce a făcut asta din tine, unde duce drumul acesta? Dacă răspunsul este: „Nu îmi trebuie credinţa", dacă bunătatea ta te îndepărtează de Dumnezeu sau te face să „nu ai nevoie de El" sau să pleci întristat de la El, atunci nu este vorba de bunătate, ci de cea mai crudă formă de răutate. Nu există răutate mai mare decât să-l întoarcă cineva spatele lui Dumnezeu. Cel în această situaţie îşi întoarce simultan faţa către diavol şi îl slujeşte pe acesta, spre distrugerea lui şi a celor din jur.

Bunătate autentică este doar aceea care te atrage la Dumnezeu. „Bunătatea" fariseului l-a dus la pieire, pe când cea a vameşului l-a dus la viaţă. În ultimă instanţă, care era diferenţa dintre cei doi? Simplu. Diferenţa constă în obiectul încrederii şi credinţei lor: fariseul se încredea în sine – sunt bun, postesc de două ori pe săptămână, dau zeciuieli, sunt unic pe pământ (în cuvintele lui: „nu sunt ca ceilalţi oameni" (Luca 18:11)). El nu s-a rugat nici despre, nici lui Dumnezeu, ci s-a rugat despre sine şi s-a lăudat pe sine. Cu totul diferită a fost rugăciunea vameşului. El s-a rugat despre Dumnezeu şi lui Dumnezeu. Cu privire la sine, nu a avut nimic de spus care să-l recomande, nici măcar propria umilinţă. Simplu, îşi lovea pieptul cu palma în semn de înţelegere a gravităţii situaţiei lui şi a unicei căi de salvare, mila lui Dumnezeu. Erwin Lutzer avea dreptate: „O credinţă greşit ancorată este mai rea decât lipsa totală a credinţei." Iisus a mers şi mai departe, spunând că a alege să-ţi trăieşti viaţa pentru un scop greşit e mai rău decât dacă nu ai fi trăit niciun fel de viaţă: „Mai bine ar fi fost pentru el să nu se fi născut." (Marcu 14:21)

Afirmaţia din spatele întrebării

Întrebarea, formulată din postura tânărului bogat, „Ce-mi mai lipseşte?" (Matei 19:20) vrea de fapt să spună: „Sunt desăvârşit (pe toate le-am păzit cu grijă), sunt aşa bun, păzesc «toate acestea» şi nu duc lipsă de nimic, ce nevoie aş avea eu să vin şi să-L urmez pe Iisus?" De aceea invitaţia lui Isus „Vino şi urmează-Mă" nu a mai avut atunci – şi nu are nici astăzi şi niciodată nu va avea – niciun fel de valoare pentru persoana care nu îşi poate găsi vreo lipsă. Dacă într-adevăr căutarea lui ar fi fost după ceva ce îi lipsea, în momentul în care ar fi găsit acel ceva în acel Cineva ar fi spus: „Iată, în sfârşit, ceea ce am simţit că îmi lipseşte întreaga viaţă!" Ce diferită a fost însă reacţia tânărului bogat: când i s-a spus şi i s-a arătat ce îi lipsea, „a plecat foarte întristat" (Matei 19:22). Adică s-a simţit cumva jignit: „Vrei să spui că totuşi îmi lipseşte ceva? Vrei să spui că îmi mai trebuie ceva?"

A-L primi pe Iisus însemna, între altele, ca tânărul bogat să recunoască faptul că, într-adevăr, îi lipsea ceva. Decât să recunoască acest lucru, el a refuzat politicos darul lui Dumnezeu în numele „bogăţiilor" sale. Iisus i-a spus: „Ai păzit cu grijă din tinereţe toate lucrurile? Să luăm un exemplu: «Du-te de vinde ce ai, dă la săraci şi vei avea o comoară în cer! Apoi vino şi urmează-Mă!»" (Matei

continuare în pag. 13

Dialog între doi gemeni înainte de a se naște

Se spune că doi copilaşi în burta mamei vorbeau unul cu celălalt.

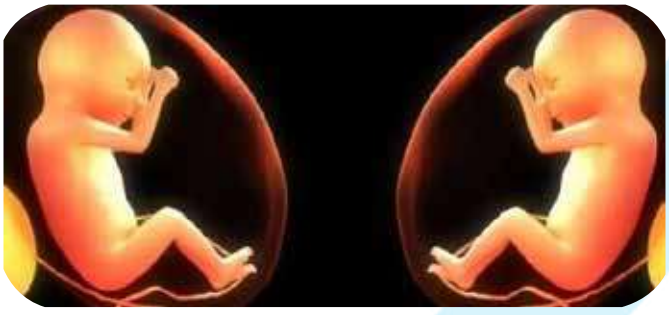
- Tu crezi în viaţa de după naştere?

- Desigur. După naştere trebuie să urmeze ceva. Probabil că ne aflăm aici tocmai pentru a ne pregăti pentru ceea ce urmează.

- Ce prostie! După naştere nu urmează nimic. Şi, de altfel, cum ar putea să arate?

- Nu ştiu exact, dar desigur că va fi mai multă lumină decât aici. Poate că vom umbla pe propriile picioare şi vom mânca cu propria gură.

- Ce tâmpenie! Nu se poate să umbli. Iar ca să mănânci cu gura, chiar că ar fi de râs! Doar noi mâncăm prin cordonul ombilical. Însă ia să îţi spun eu ceva: putem exclude viaţa de după naştere, pentru că deja acum e prea scurt cordonul ombilical.



--- --- --- --- --- --- --- --- --- --- --- ---

- Ba da, ba da, cu siguranţă va fi ceva. Însă, probabil, ceva mai altfel decât ne-am obişnuit aici.

- Păi de acolo nu s-a întors nimeni. Odată cu naşterea, viaţa se termină, pur şi simplu. De altfel, viaţa nu este altceva decât o permanentă înghesuială, în întuneric.

- Eu nu ştiu exact, cum va fi, dacă ne vom naşte, dar desigur că o vom găsi pe MAMA, iar ea va avea grijă de noi.

--- --- --- --- --- --- --- --- --- --- --- ---

- Pe mama? Tu crezi în mamă? Şi după tine, unde ar putea ea să fie?

- Păi oriunde, în jurul nostru. Doar trăim în ea şi prin ea. Fără ea, nu am fi deloc.

- Eu nu cred asta! Eu nu am văzut nicicând, nici un fel de mamă, aşa că e evident că nu există.

- Dar, uneori, când suntem în linişte, o auzim cum cântă, simţim cum mângâie lumea din jurul nostru. Ştii… eu cred că viaţa adevărată ne aşteaptă abia de acum încolo!

-sfârşit-

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să știm

Alimente care favorizează sănătatea aparatului digestiv

-prima parte-

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

Dacă data trecută am vorbit despre alimente benefice pentru aparatul respirator, acum vom studia despre alimentele benefice aparatului digestiv, cel care se ocupă de alimentarea corpului cu substanțele necesare, din hrana pe care o consumăm.

Ce înseamnă mai exact activitatea aparatului digestiv?

Aparatul digestiv pe care îl avem este cea mai perfectă mașinărie de alimentare, descompunere, filtrare și reciclare a hranei și a apei, care există pe pământ.

Astfel că ajută la:

- descompunerea alimentelor în componentele lor chimice,
- absorbirea lichidelor și a substanțelor nutritive pentru a furniza energia necesară vieții,
- înlocuirea celulelelor care urmează să moară și crearea altora noi pentru a ajuta organismul să-și continue funcționarea
- eliminarea organismelor sau substanțelor nocive care ar putea fi ingerate
- deplasarea hranei de la un organ la altul prin peristaltism (Mișcare de contracție - urmată de o relaxare periodică - a musculaturii stomacului și intestinului, care se propagă sub formă de unde și face ca alimentele să fie împinse de-a lungul tubului digestiv)
- furnizarea mediului adecvat (acid sau alcalin) pentru diferite organe ale sistemului
- secretarea mucusului care să lubrifieze canalele
- producerea bacteriilor care să ajute la realizarea procesului digestiv și a vitaminelor și enzimelor necesare

- reabsorbirea apei și reciclarea ei în cadrul sistemului
- eliminarea resturilor alimentare și a reziduurilor bacteriene.

Aparatul digestiv nu este format doar din stomac, ci are un întreg sistem interconectat, care începe cu gura, dinții, glandele salivare, limba, se continuă cu faringele, esofagul, stomacul, vezica biliară, ficatul, intestinul subțire, intestinul gros, și se termină cu rectul.

Cu ce interacționează sistemul digestiv?

• *Cu sistemul nervos* – nervii intrinseci și cei extrinseci controlează digestia.

• *Cu sistemul cardiovascular* – se face un schimb constant de sânge pentru a hrăni organele digestive și pentru a elibera substanțele nutritive în sange.

• *Cu aparatul respirator* – gura și faringele reprezintă intrarea atât către canalul digestiv, cât și către cel respirator.

• *Cu sistemul endocrin* - prin hormonii care reglează digestia

Pe lângă interacțiunile fizice dintre sisteme, conexiunea dintre minte și corp își pune amprenta și aici, astfel că stresul și emoțiile pozitive sau negative, au efectele ei asupra aparatului digestiv. De asemeni, centrul de comandă pentru pofta de mâncare și saţietate se află tot la nivelul creierului. De aceea este foarte important când mâncăm, să avem dispoziția necesară pentru aceasta. Mai degrabă sărim peste masă decât să mâncăm cu o atitudine negativă, pentru că ne poate face mai mult rău.

Câteva lucruri interesante de știut despre aparatul digestiv:

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

1. Mâncarea nu are nevoie de legea gravitației pentru a ajunge în stomac.

Printr-o mișcare denumită perisaltism (împingerea alimentelor prin canal cu ajutorul mușchilor esofagului care se contractă și se relaxează ca niște unde într-o mișcare) noi putem mânca și atunci când stăm cu capul în jos!

2. Detergenții de rufe conțin enzime prezente în sistemul digestiv.

Sunt trei clase de enzime pe care sistemul digestiv le folosește pentru descompunerea hranei: proteazele care descompun proteinele, amilazele care descompun carbohidrații și lipazele care descompun lipidele. De exemplu, saliva conține atât amilaze cât și lipaze, în timp ce stomacul și intestinul subțire folosesc proteazele.

Detergenții de rufe conțin de multe ori diferite clase de enzime, printre care și aceste trei enzime.

3. Stomacul nu este cel mai activ în procesul digestiv.

Procesul care reduce hrana la nivel de molecule, este stomacul însă acesta este doar începutul procesului. Cea mai grea treabă abia acum începe și este în misiunea domnului intestin subțire. Aici este locul in care are loc cea mai mare parte a digestiei si absorbtia nutrientilor care sunt transferați în sânge. Pereții intestinului au buzunare, conțin niște structuri denumite vili, care sunt ca proiecții ale țesutului absorbant similare unor degete. Și, În plus, vilii sunt acoperiți cu proiecții microscopice denumite microvili. Toate aceste trăsături ajută intestinul subțire să absoarbă mai bine hrana.

4. Există mai multe tipuri de stomac în regnul animal.

Unele animale au un stomac cu compartimente multiple. (Aceste sunt denumite în mod eronat stomacuri multiple.). Vacile și alte "rumegătoare" — inclusiv girafele, căprioarele și bovinele — au stomacuri cu patru camere, care le ajută să-și digere hrana vegetală. Însă unele animale - printre care căluții de mare, dipnoii și ornitorincii — nu au deloc stomac. Hrana lor ajunge din esofag direct în intestine.

5. Sistemul digestiv este predispus la cancer.

Sistemul digestiv găzduiește mai multe tipuri de cancer și contribuie în masura mai mare la mortalitatea din cauza cancerului, decat orice alt sistem organic din corp, de aceea este foarte important să știm ce alimentație să utilizăm pentru a trăi frumos și sănătos.

6. Stomacul trebuie să se protejeze - de el însuși.

Celulele de-a lungul peretelui interior al stomacului secretă în jur de 2 litri de acid clorhidric în fiecare zi, care ajută la uciderea bacteriilor și ajută în procesul digestiei. Dacă acidul clorhidric îți sună cunoscut, este din cauză că această substanța chimică puternică este folosită de obicei la înlăturarea ruginii și a pietrei de pe foile și bobinele de oțel, dar se mai regăsește și în produsele de curățat, în special în cele pentru vasul de toaletă. Pentru a se proteja de acidul coroziv, căptușeala stomacului are un strat gros de mucus. Însă acest mucus nu poate amortiza la nesfârșit efectele sucurilor digestive, de aceea stomacul produce un strat nou de mucus la fiecare două săptămâni.

7. Medicii au tratat greșit ulcerul peptic aproape un secol.

Ulcerul peptic se manifesta prin dureri intense pe captuseala esofagului, a stomacului sau a intestinului subțire și afectează cam 50 de milioane de persoane anual în occident, conform unui studiu american efectuat în 2007.

Medicii au fost de părere o perioadă lungă de timp că stresul și mâncărurile picante contribuie la dezvoltarea acestor dureri - o explicație ce părea logică, având în vedere că majoritatea bolnavilor de ulcer acuzau dureri după ce consumau alimente picante. De aceea, timp de aproape 100 de ani, medicii au prescris un tratament ce implica odihnă și un regim alimentar necondimentat.

In 1982, cercetătorii australieni Barry Marshall și Robin Warren au descoperit că adevăratul vinovat de apariția ulcerului este bacteria Helicobacter pylori, care sălășluiește în stratul protector al mucoasei stomacului. Grație acestei descoperiri, medicii au putut prescrie un tratament mai eficient pentru ulcer: antibioticele.

Această descoperire le-a a dus lui Marshall și Warren Premiul Nobel în Fiziologie / Medicina în 2005.

8. Stomacul poate face zgomot tot timpul, nu doar când îi este foame.

Zgomotele făcute de stomac, sunt rezultatele peristaltismului din stomac și intestinul subțire — adică se datorează digestiei normale a hranei, a fluidelor și a gazelor care străbat tractul gastrointestinal. Când însă tractul este gol, zgomotele sunt mai mari, pentru că nu este nimic în interior care să amortizeze zgomotul.

Atunci de ce se mai contractă mușchii când nu există hrană în stomac?

După ce își golește conținutul în intestinul subțire, stomacul trimite semnale către creier. Creierul răspunde transmițând mușchilor digestivi semnalul ca aceștia să înceapă procesul de peristaltism. Contracțiile musculare asigură golirea completă a stomacului, iar zgomotele rezultate ne atenționează că organismul are nevoie de mâncare.

-va urma-

Speranță dincolo de limite

LUCIAN ALDEA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Scriu la o săptămână după ce s-a încheiat congresul persoanelor cu dizabilități și când ecourile continuă, iar impresiile sunt încă vii. A fost un program concentrat, intens, divers, care ne-a solicitat pe toți, persoane cu dizabilități și voluntari deopotrivă, dar a meritat! În cele câteva zile am simțit bucuria că ne-am atins limitele rezistenței fizice, în timp ce speranța a depășit orice limită. Nu ne dăm seama de toate implicațiile pe care evenimentul le-a avut în societate, încă nu am tras linie definitiv, însă știm sigur că orice fel de manifestări publice care reunesc persoane cu dizabilități produc schimbări benefice atât la nivel individual, cât și la nivel național. Aici aș putea să mai adaug inspirația și încântarea produsă participanților externi prin felul în care diversele grupe de dizabilitate socializează și constituie un grup unit de prietenie.

Sunt mulțumit pentru că Asociația Ridică-te și Umblă a avut deosebita onoare de a fi organizatorul național al unui eveniment internațional, unic în activitatea sa desfășurată până acum: Congresul Internațional pentru Persoane cu Dizabilități, „Speranță dincolo de limite”, care s-a desfășurat în perioada 19-21 octombrie 2018, la Rin Grand Hotel București. Trebuie să menționez partenerul extern al acestui eveniment care a fost Departamentul pentru nevoi speciale al Diviziunii Intereuropene reprezentat de o echipă internațională, caldă și bine organizată condusă de domnul Corrado Cozzi, precum și partenerii interni ai acestui eveniment: Consiliul Național al Dizabilității din România (CNDR) reprezentat prin doamna președinte Daniela Tontsch, Fundația Alinare, revista Împreună, Speranța TV și Radio Vocea Speranței. Autoritatea Națională pentru Persoane cu Dizabilități (ANPD) a onorat cu prezența și a susținut moral acest eveniment, fiind prezenți toți cei trei consilieri ai domnului președinte.

Participanții inscriși au fost din peste cincisprezece țări precum: Marea Britanie, SUA, Spania, Franța, Germania, Italia, Elveția, Austria, Republica Cehă, Finlanda, Rusia, Ucraina, Georgia și România. În total numărul participanților s-a ridicat la 250 de persoane. Punând la socoteală și limbajele semnelor, limbile vorbite în aceasta ocazie au fost peste 20.

Congresul Internațional „Speranță, dincolo de limite” și-a propus să reafirme persoana cu dizabilitate în valoarea ei, evidențiind aportul creativ și implicarea ei în societate. De asemenea, a fost și o ocazie de dezvoltare personală a celor participanți fiind atinse cât mai multe laturi ale ființei umane, precum socializarea, îndemânările, vocațiile, latura artistică, sportivă, motivațională, iar un aspect preponderent l-a avut și încrederea în Dumnezeu pentru că așa ceva nu poate lipsi de la o întâlnire a celor în suferință. De asemenea, a existat o acțiune de impact în Parcul Cișmigiu la care au participat câteva zeci de persoane cu dizabilități. Acestea au împărțit trecătorilor baloane cu mesajul „Mulțumesc ca exiști!”, expresie ce a pus oamenii valizi pe gânduri și care a lăsat loc de dialog cu privire la importanța oricărui om, indiferent de dizabilitate sau capacitate.

Totuși, cele mai impresionante momente au fost poveștile de viață care au avut menirea să motiveze și să inspire publicul pentru o viață plină de sens și de recunoștință față de Dumnezeu, care a permis suferinței să existe, dar care a oferit omenirii speranța unei vieți fără handicap.

Mulțumim tuturor celor implicați, dar în special divinității care ne-a pus pe unii în grija altora, ca să ne putem inspira unii de la alții să trăim frumos și să apreciem lucrurile aparent banale pe care le avem, dar care altora dintre noi le lipsesc și nu se pot bucura de ele.

-sfârșit-

O TRISTĂ REÎNTOARCERE

dedicație „celor plecați departe și reveniți”

Ani de zile am tot fost departe plecat,
Acum iarăși m-am întors în al meu sat,
Ca să-mi revăd iar casa părintească,
Să simt pământul străbun sub a mea talpă.

Pe drum mă gândeam la ai mei vecini,
Care cu mare bucurie mă vor primii,
Dorul de ce lăsasem în urmă la plecare,
Mă făcea să merg iute, făceam pasul mare.

Pe drum eu de bucurie mai lăcrimam,
Că la locurile părintești mă întorceam,
La vatra străbună de unde am plecat,
Gandul la ea, acolo departe m-a măcinat.

Pe drum dacă de bucurie mult plângeam,
Când am ajuns acolo de tristețe plângeam,
Că-n locul vecinilor ce speram să-i găsesc,
Acum multe case părăsite mă privesc.

Doar câțiva bătrâni eu acolo am găsit,
Care erau triști și se bucurau c-am venit,
Iar trei câini și ei spre mine priveau,
Întrebându-mă pe cine caut, ce doream.

Unii la fel ca mine au plecat și ei din sat,
Iar alți vecini la cimitir s-au mutat,
Așa mi-au spus bătrânii care i-am găsit,
Mâine merg o lumânare să le aprind.

Copacii și ei ce mult s-au mai bucurat,
Atunci când pe poarta curții am intrat,
Adierea lor plăcută spunea „Bine ai venit”,
Dojenindu-mă că am stat acolo prea mult.

Satul meu așa pustiit cum este el acum,
Nu mă alungă, ci mă oprește din drum,
Să nu mai plec, el de mine se roagă,
Ca să fie iar plin de viață cum era odată.

Popescu Nicoleta
Argeș

CREDINȚA

Când bate vântul cu putere
Și când mă văd înfrânt, zdrobit
Prin rugăciuni alerg la Domnul
Și El mereu va birui.

Veni-va Domnul cu putere
Și ne va da El ajutor
Ne va conduce înspre țărmul
Unde debarcă al Său popor.

Când valurile mari și grele
Se vor izbi de barca mea
Să am mereu acea credință
Pe care Petru o avea.

Perciu Elena
Craiova

BUCURIA MÂNTUIRII

Dedic această poezie pentru:
Manea Miorița, Nicula Mariana,
Ianculescu Iuliana și Calotă Daniela

Bucuria mântuirii
Miracolul iubirii
Iisus de păcat l-a iertat.
Cugetul binecuvântat.

Dăruiește împlinire
Speranță, fericire
Ghidează spre luminâ
Inima de iubire plină

Statornică în credință
Curaj prin biruință
Cercetează mereu Adevărul
Mărturisește pe Domnul

Oferă slavă și mărire
Cu Duhul Sfânt ajutător
Ești podoabă sufletului
Comoara aleasă a cerului

A Evangheliei citire
Strălucești ca un soare
Dai răbdare și har
Bucuria învinge iar.

Sufletul l-a mintuit Creatorul
Vestea bună o dă Omul
Zidește temelia Nemuririi
Urcăm scara Izbăvirii.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

O POVESTE CE ÎNCĂ SE SCRIE

Azi îți voi spune
despre ochii din inima mea,
despre lacrima lor
ca o scorță de cer înnorat,
despre nesomnul lor,
tulburând stelele,
ca și când zei beți
ar fi dansat desculți prin ei...

Aș vrea să cred
că încă mai sunt acea câmpie
înflorită până la Dumnezeu,
plutind doar prin vene de înger,
înălțându-te la atingere,
durându-mă la desprindere
și tot mai vie prin tine,
bărbatul ce îmi suflă peste răni,
învelindu-mă frumos
în cămașa în care ți-au rămas
bătăile inimii-
ca o poveste ce încă se scrie...

Magdalena Dorina Suciu

SOȚIA LUI COSTICĂ

-Măi, Costică! -Da, Georgică.
-Parcă-parc-am auzit
Că tu, fără pic de frică,
Tocmai te-ai căsătorit!

-N-am ce-ți face, măi, Georgică!
Excelent ai auzit!
-Cum adică? -Păi, adică
Eu chiar m-am căsătorit!

-Bravo mare, frățioare!
Pe toată onoarea mea!
Ce mai? tu ești cel mai tare!
Dar cum e soția ta?

-Cum să fie, măi, Georgică?
În doar câteva cuvinte,
E frumoasă-frumușică
Și nu are deloc minte!

-Cum vine asta, Costică?
Eu chiar nu pricep nimic!
-N-are-a face, măi, Georgică!
Uite-acuma îți explic!

Dacă nu era frumoasă,
N-o luam -știi foarte bine!
Iar dacă era mintoasă,
Nu mă lua ea pe mine!

Petrache Florian
Puchenii Mari - Prahova

CREZUL MEU

Admir bunătatea oamenilor,
Cred în onestitatea lor,
Ei construiesc vieți fermecătoare
Ce păcat ca nu-s nemuritoare!

Mă străduiesc să prețuiesc viața
Chiar dacă-mi ascunde fața,
Flori nu mi-a presărat în cale
Și nici nu m-a îmbrăcat în zale

Am învățat de la apă să mă limpezesc,
Din furtuni, la timp să mă opresc,
Din vrednicia furnicii am însușit,
Bogăție să adun niciodată n-am dorit

Iubesc florile care veșnic înfloresc,
Oamenii care iubesc și zâmbesc,
Pe cei mici din suflet îi ocrotesc,
Fericire veșnică pe pământ doresc

De la soare am învățat să strălucesc,
Să fiu bună mereu mă străduiesc,
Tot ce e bun, frumos, etern, eu iubesc
Sărut cu respect pământul strămoșesc

Cidem Narcis Brâslașu
Constanța

LABIRINT AUTUMNAL

Precum un nor
între cer și pământ
tot astfel
mă simt
în dimineți impulsive
de toamnă târzie.
Prieten devotat, sunt
- și adversar totuși...
al sufletului meu...
caut în viscolul admirabil
al Luminii
noi începuturi
când apusul apasă, apasă.
Începuturi stranii,
calde și reci,
ca niște examene
la școala secundei...
Școala de pe Pământ...
Doamne, câți suntem
restanțieri ȚIE!...
Oare, ai Tu vreme,
pentru toți?!?
Lacom de speranțe
sărac în certitudini,
TE ROG, primește-mă
în toamna clipei,
- la reexaminare!

Nicu Popcov
București

DOAR DUMNEZEU

Nimeni gândul nu mi-l știe
De e bun sau de e rău
Dacă plâng, de am bucurie
Știe numai Dumnezeu

Dorul dacă îmi e departe
De-mi este ușor sau greu
Despre speranțe vii, vise deșarte
Știe numai Dumnezeu

Dacă îmi este rău sau bine
Dacă spun în gândul meu
O rugăciune când seara vine
Știe numai Dumnezeu

Dacă glasul meu îl cheamă
Cu lacrimi grele ca un ecou
Nimeni in jur nu mă ia in seamă
O știe numai Dumnezeu

Îmi port crucea zi de zi
Așa cum o știu doar eu
Mereu, mereu voi birui
Alături îmi este numai Dumnezeu

Vali Fencea
Ciutelec-Bihor

SMERENIE ȘI CREDINȚĂ

Așterne toamna frunze ruginite pe cărări
Tristeți pe frunțile ridate
stoluri de păsări gri se pierd în depărtări
dar viața merge mai departe...

Se nasc feciori, se nasc și fete
octogenari pășesc încet spre moarte
lacrimi sărate ne udă obrajii
dar viața merge mai departe...

Târziu în noapte, când nu avem somn
e bine să ne cufundăm în Rugăciune
să ne smerim în fața Ta
să dai copiilor, Înțelepciune.

Căci omul care este cumpătat
respectă Țara-n care locuiește
îngenunchează-n fața unui singur Împărat
credința sincer și-o mărturisește.

Iar Dumnezeu l-a ajutat
și îl va ajuta mereu
pe cel ce are gând curat
și nu ascultă de îndemnul celui rău!

Cucu Mitică
Botoșani

Talentul... nu cunoaște handicap!

ADEVĂRATA VALOARE!

Adevărata valoare,
Nu sunt banii.
Și nici hainele care se rup!
Nici calculatorul care poate
deveni inutilizabil într-o zi,
Nu este nici casa,
Care se poate prăbuși!
Chiar dacă ai toate acestea,
Ceva tot lipsește...
Este o comoară, statornică,
Ce nu costă bani...
Și tu, și eu
Gratis o putem avea!
Această comoară neprețuită este
MÂNTUITORUL!
El este comoara adevărată,
Un prieten bun!
Care este întotdeauna gata
să ne asculte, să ne ajute...
Fericiți și împliniți,
Numai atunci putem fi,
Dacă această comoară, o putem găsi!

Balint Eniko

VINO IAR

Și zilele se risipesc, se-mprăștie, se duc...
iar eu stau cu gândul dus aiurea,
în loc să caut să-ndrept, să readuc,
liniștea și pacea... nu durerea.

O, Doamne, bunătatea Ta mă doare,
că mă gândesc atât de rar la Tine.
Cum pot sta nepăsătoare? Mă întreb pe mine;
când simt îmbrățișarea Ta ocrotitoare.

De ce sunt fericită-atât de rar?
Când ca să strig, ar trebui, de bucurie
O mărturie să fiu măcar....
în lumea asta tristă și pustie.

Să salte-n mine mărgăritarul dat,
Lumină să se vadă pe-a mea față,
și sufletu-mi să cânte ne-ncetat,
pentru că Te-am cunoscut și mi-ai dat Viață.

Oh, umple-mă din nou cu bucurie!
Ridică-mă! Tu Rege Salvator.
Căci am un dor nespus de-a Ta iubire,
și nu vreau așa cum sunt să mor.

Tu ești Luceafărul de dimineață.
Ești Crinul cel mai parfumat.
Dă-mi din nou viață, din a Ta viață
să pot iar să zbor spre mai înalt.

Să simt prezența Ta divină,
în orice por din a mea țărână.
Vino, și cu mâna Ta mă-alină
neliniștea și durerea-mi sfărâmă.

Maricica Cristea
Din vol. „Din valurile lumii”

SCUMP PĂMÂNT

Am fost bătuți, dar nu am căzut sub bici
Ne-am apărat cu pieptul celor tari,
Am înfruntat urgia și ne-am păstrat aici,
Făcându-ne cu glia solitari.

Din veac în veac, ne-au ponegrit destui,
În țara noastră mirosea a tun și arme,
Dar n-am cerut pomană nimănui
Și-am înfruntat furtuni și uragane.

Azi cântă țara cântec tineresc,
Iar fiii ei de daci și de romani
Pământul scump i-l apără, și-l cresc,
Stăpâni aici de două mii de ani.

Laura Vega
Din volumul:
„Sub semnul constelației”

.....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori.....

Deaconescu Adrian Dorel

Vă rog frumos să mă ajutaţi, rog frumos ca să fiu sprijinit urgent pe cale financiară, materială, căci nu mai am pe nimeni. Casă nu, masă nu, familie nu, nu mai am pe nimeni. Cont RO57CECEHD0208 RON 0335058 BANKA CEC Hunedoara. Tel. 0774-042022

Familie tânără

Familie tânără azs, cu doua fetiţe, suntem doritori să îngrijim la domiciliul nostru o domnişoară sau doamnă cu dizabilităţi fizice. Suntem din judeţul Giurgiu, la o distanţă de 55 km de Bucureşti. Nr. mobil: 0769-761419 şi 0765-787461.

Mitică

Mă numesc Stan Mitică, com. Niculiţel, jud. Tulcea. Am tetrapareză spastică. Vă rog din suflet cine are şi vrea să îmi doneze o bicicletă medicală pentru recuperare. Vă mulţumesc. Mă puteţi contaca la nr. 0747-307659.

Cornelia

Vând scuter electric, cu trei roţi, pentru persoane cu handicap. Scuterul se prezintă într-o stare foarte bună de funcţionare. Preţ: 2.200 lei, negociabil. Pentru mai multe detalii sunaţi la nr. 0767-071721

Nota redacţiei: Responsabilitatea corectitudinii informaţiilor din anunţuri, aparţine în totalitate autorilor!

.....Anunţurile redacţiei..... .....Anunţurile redacţiei..... .....Anunţurile redacţiei.....

IMPORTANT !

La sfârşitul anului 2017, un reprezentant al Poştei Române m-a anunţat că, începând cu 1 ianuarie 2018, trebuie să plătesc TVA la expedierea revistei prin poştă. Aceasta s-a rezolvat!

Însă în prima parte a anului 2018, tot de la poştă m-au anunţat că, începând cu 1 mai 2018, expedierea pe poştă s-a mărit de la 0,90 lei, la 1 leu!!! Iar dacă la aceasta adăugăm costurile tipăririi, etichetele autoadezive, etc., etc., acest lucru înseamnă cheltuieli şi mai mari pentru expedierea revistei în format tipărit.

În plus, tipograful m-a anunţat că începând cu acest număr, dată fiind scumpirea materialelor necesare tipăririi, va trebui să mărească şi preţul tipăririi.

După cum unii dintre voi ştiţi, revista o trimit deja de mulţi ani şi în format electronic, prin e-mail, mai exact zis în format pdf. Primirea prin e-mail are mai multe avantaje (primirea mai devreme cu câteva zile, toată revista color, claritate a imaginilor, etc.) şi un dezavantaj (nu poate fi citită decât pe computer, smartphone, tabletă, etc.). Părerea mea de rău constă în faptul că nu o primiţi mai mulţi dintre voi prin e-mail. Fac un apel la voi, cei ce aveţi computer, smartphone, tabletă şi acces la internet, trimiteţi-mi pe adresa mea de e-mail (aurelsda@yahoo.com) un scurt mesaj cu adresa de e-mail, astfel încât să o puteţi primi şi pe e-mail, în format electronic, digital.

Subliniez: <u>toţi cei care îmi veţi da adresa de e-mail veţi primi revista şi în format tipărit şi în format electronic!</u> Momentan, mulţi dintre voi o primesc în felul acesta. (O primesc în ambele formate, deoarece, în general, o dau şi altora s-o citească)

Însă dacă printre voi, cei care aveţi acces la internet, sunteţi şi persoane care o citiţi numai voi şi nu aveţi nevoie de ea şi în format tipărit, încercaţi să o primiţi numai în format electronic. Poate vi se pare o măsură măruntă, însă la fiecare 100 de reviste netipărite şi neexpediate, economia se poate ridica la multe milioane pe an (calcule actualizate):

- *100 reviste netipărite şi neexpediate – 2.400 lei / an (24.000.000 lei vechi / an);*
- *200 reviste netipărite şi neexpediate – 4.800 lei / an (48.000.000 lei vechi / an);*
- *300 reviste netipărite şi neexpediate – 7.200 lei / an (72.000.000 lei vechi / an);*
- *400 reviste netipărite şi neexpediate – 9.600 lei / an (96.000.00 lei vechi / an);*
- *Etc.*

Până acum, 185 prieteni, înţelegând nevoia mare de a face economii, au renunţat la a o mai primi în format tipărit, primind-o doar în format electronic. Dacă cei care puteţi face aceasta, nu reacţionaţi, există riscul ca revista să apară doar din două în două luni sau... să nu mai apară deloc!!!

Pentru ca această măsură să fie eficientă, este nevoie ca, atunci când vă exprimati acceptul vostru de a o primi numai prin e-mail, să specificaţi şi adresa postală la care primiţi în momentul de faţă revista tipărită.

În plus, în felul acesta, prin economiile realizate împreună, creăm posibilitatea de a trimite la şi mai mulţi semeni de ai noştri revista în format tipărit şi care nu o pot primi în format digital. Aştept să îmi trimiteţi adresele poştale sau de e-mail ale celor pe care îi cunoaşteţi, care au o dizabilitate şi care acum nu primesc revista.

Vă mulţumesc!

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

Încă de la începutul apariției revistei, am primit cu mare bucurie sugestia unora dintre voi de a exis-ta o asemenea rubrică în cadrul revistei noastre şi cu mare bucurie consemnez alte cereri de a ne ruga împreună pentru ceva sau pentru cineva anume.

Cine poate să se roage pentru mine că trec printr-o încercare grea şi am nevoie de rugăciune şi ajutor material, lemne pentru iarnă. Cine poate să mă ajute să sune la numărul de telefon 0734750257. Vă mulţumesc în Numele lui Dumnezeu fraţi, surori şi prieteni din revista "ÎMPREUNĂ". Mă numesc Iordache Ionel Marius Satul Viişoara, Str. Crângului nr. 274, Com. Cobadin, jud. Constanţa, cod 907069.

Iordache Ionel Marius

Solicit rugăciune pentru sora Margareta. Are probleme de sănătate destul de grave, probleme cu singurătatea şi cu necazurile vieţii zilnice. Vrea să vândă casa şi nu reuşeşte. Datorită problemelor de sănătate nu mai poate munci grădina şi s-a gândit să vândă pentru a se muta mai aproape de băiat. Sa ne rugăm ca Domnul să îi rezolve problemele după Sfânta Sa voie şi să o ajute şi pe dânsa să înţeleagă voia lui Dumnezeu în dreptul dânsei la problemele cu care se confruntă.

Pentru cei pierduţi din familiile noastre. Vom avea în prim plan pe cei doi copiii, Alberto si Elisabeta care au nevoie urgentă de susţinere în rugăciune. Dar şi pentru Edelina, Hana, Andreea, Marcel, Cristian, Doina, Petrică şi alţii care suferă.

Ne mai rugăm pentru o fetiţă, pe nume Elisabeta, care are encefalită şi este în terapie întensivă ca Dumnezeu să intervină.

Să o susţinem în rugăciune pe Gheorghiu Aura. Fratele dânsei a decedat în Italia. Suferinţa e mare.

Să ne rugăm pentru Mariana: are probleme de sănătate şi cu familia. Dumnezeu să îi dea sănătate şi tot ce are nevoie.

Să ne rugăm să preţuim Cuvantul sfânt care ne va lumina cărarea la fiecare pas. Ne rugăm pentru cei bolnavi, amintesc pe Andreea Hana, Alberto, Marcel, Cristian, doamna Dalila din Tunisia, Edelina, Emilia, Elena Botezatu, Mariana L, Cristian Z.

Să ne rugăm să găsim în Hristos gândul Său nobil, dragostea Sa fără margini, pacea Sa minunată, neprihănirea Sa veşnică.

Să ne rugăm azi pentru persoanele din anturajul nostru (rude, familie, colegi) care nu au găsit Mărgăritarul de mare preţ, ca Duhul Sfânt să le deschidă ochii la Evanghelie şi să-L găsească pe Isus ca Mântuitor.

Să ne rugăm pentru cei bolnavi, amintesc pe Andreea Hana cu transplantul de inimă, Alberto, Valuta, Emilia, Cristian, Iuri, Dalida care a fost operată vineri la ochi. Pentru tinerii şi copiii bisericii să fie păziţi de cel rău şi Domnul să-i ajute în alegerile lor. Domnul să fie cu noi azi!.

Să ne rugăm neîncetat pentru tinerii noştri, copii al lui Dumnezeu care s-au depărtat în vârtejul lumii acesteia. Pun pe lista de rugăciune pe băieţii mei Adrian, Radu şi Ezel dar şi pe Giulia, Ana Maria, Georgiana, Mihaela, Ariana, Laura, Catalin, Raisa, Enoh, Vivian Melody, Lucian, Octav, Simina Delia, Misha Evelin, Lidia, Damaris, Maria, Beni, David.

Să ne rugăm ca Duhul Sfânt să ne facă conştienţi de răspunderea noastră înaintea lui Dumnezeu.

Emilia Dinescu

Să ne rugăm ca Bunul Dumnezeu să continue să lucreze la inima oamenilor, astfel ca revista să apară şi în viitor.

Burcea Aurel

„Căci Eu ştiu gândurile pe care le am cu privire la voi, zice Domnul, gânduri de pace, şi nu de nenorocire, ca să vă dau un viitor şi o nădejde. Voi Mă veţi chema, şi veţi pleca; Mă veţi ruga, şi vă voi asculta. Mă veţi căuta, şi Mă veţi găsi dacă Mă veţi căuta cu toată inima."

Ieremia 29:11,12

.....Spiritual..... .....Spiritual..... .....Spiritual..... .....Spiritual..... .....Spiritual.....

continuare din pag. 5

19:21). Tânărul nu pleacă, nu vinde şi nu-L urmează pe Iisus. El credea despre sine că le-a împlinit pe toate, încă din tinereţe. Ce departe era realitatea de el şi ce gros era norul iluziei! Eul lui ajunsese dumnezeul lui. Aceasta l-a făcut să-l întoarcă spatele Mântuitorului. Plutesc în aer cuvintele: „(…) ţi-ai stricat înţelepciunea cu strălucirea ta" (Ezechiel 28:17) sau poate cu credinţa sau cu credincioşia ta, cu talentul, averea, puterea sau faima, cu ceva sau cu orice altceva, dar orice ar fi acel ceva, ţi-ai stricat oricum înţelepciunea. Un câştig spre pagubă.

Când răutatea şi bunătatea au acelaşi efect

A refuza invitaţia lui Iisus fiindcă eşti rău nu diferă cu nimic de a refuza această invitaţie fiindcă eşti bun. Rezultatul este acelaşi, indiferent de motiv: ai refuzat invitaţia. În mod sigur, ai multe motive să faci lucrul acesta, dar nu ai nicio scuză. Ambele situaţii nu sunt altceva decât ipostaze ale eului. Frank Leahy este de părere că „egotismul este anestezicul care amorţeşte simţurile faţă de durerea prostiei". Sub steaua eului, ai ajuns la concluzia că eşti atât de bun sau atât de rău, încât te simţi îndreptăţit să refuzi invitaţia harului. Sub aceeaşi stea, ai ajuns să faci din mintea ta dumnezeul tău şi să-l spui adevăratului Dumnezeu că nu există. Eul te-a făcut să crezi că faptele tale

continuare în pag. 17

Mincă Elena Gabriela
Alexandria - Teleorman

Iubirea este cel mai sublim sentiment pe care l-a lăsat Dumnezeu pentru noi, oamenii. Iubirea iartă totul. Creștinii care își iubesc semenii și pe oamenii de lângă ei sunt mai buni, mai răbdători, mai înțelegători și mai îngăduitori. Iubirea înalță sufletul până în frumoasa grădină a Raiului. Iubirea este cea mai mare virtute pe care Dumnezeu Tatăl ne-a dăruit-o nouă tuturor. Cine iubește mult, acela se sacrifică pentru cei dragi lui, pentru semenii lui și nu așteaptă nici o recompensă de la nimeni. Iubirea învinge toate barierele și greutățile vieții. Doar ea, iubirea, ne dă aripi să zburăm sus, tot mai sus, până la Trinitatea Sfântă și acolo, în cer, să primim diademe de pietre scumpe pentru că am ales Iubirea, fapta care este răsplătită pentru eternitate.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

Atunci când oamenilor le merge bine totul, consideră că este al lor. Oamenii se gândesc la Dumnezeu numai atunci când le merge rău. Când le merge bine nu se gândesc. De aceea este bine să se gândească și atunci când le merge bine, că nu trebuie doar să plângem cu Dumnezeu împreună. Tot împreună cu Dumnezeu să și râdem. Să împărțim împreună cu Dumnezeu și bucuria, fericirea, nu doar lacrimile și tristețea. Atunci când au necazuri, oamenii uneori cred că Dumnezeu i-a uitat, dar adevărul este că ei, oamenii, L-au uitat pe Dumnezeu.

Anca Zarcada
Constanța

Hristos nu Se întreabă dacă suntem sau nu vrednici de iubirea Lui, ci El revarsă asupra noastră bogățiile dragostei Sale, pentru a ne face vrednici de ea...

Un cuvânt de simpatie, un gest de bunătate, o privire duioasă și un zâmbet cald ar ușura povara care apasă greu pe umerii obosiți. Fiecare cuvânt sau faptă de bunătate constituie o expresie a iubirii lui Hristos...

"Nici o valoare nu are doar mărturisirea „credinței în Hristos"; numai dragostea care se arată prin fapte este socotită autentică. Totuşi numai dragostea este aceea care dă valoare fiecărei fapte în ochii cerului. Tot ce este făcut din dragoste, oricât de neînsemnat ar părea în aprecierea oamenilor, este primit şi răsplătit de Dumnezeu."- TV 487

Stănoiu Viorica
Aiud - Alba

EU NU TE VOI UITA, Is.49,15: "Poate o femeie să uite copilul pe care-l alăptează și să n-aibă milă de rodul pântecului ei? Dar, chiar de l-ar uita, EU NU TE VOI UITA CU NICI UN CHIP!." ...Dacă ești părinte, copil, adolescent sau tânăr, citește aceste rânduri și roagă-te... Mulțumește-I lui Dumnezeu pentru asigurarea primită azi: "EL NU TE VA UITA! El e dispus să-ți ofere tot timpul Său. Spune-i lui Dumnezeu bucuria sau durerea ta... Deschide-ți cu TOATĂ ÎNCREDEREA INIMA ÎNAINTEA LUI, și vorbește-I despre frământările, temerile și îngrijorările tale, pentru că El te asigură: NU TE TEME, CĂCI EU SUNT CU TINE; nu te uita cu îngrijorare CĂCI EU SUNT DUMNEZEUL TĂU... EU TE ÎNTĂRESC, TOT EU ÎȚI VIN ÎN AJUTOR... EU TE SPRIJIN CU DREAPTA MEA BIRUITOARE..." O zi cu încredere totală în bunul Dumnezeu și făgăduințele Lui minunate!

Dinescu Emilia
Valea Stânii – Argeș

Când ești atât de plictisit de viață că nu-ți vine să te scoli din pat, adu-ți aminte că sunt oameni căzuți la pat care s-ar scula dar nu pot! Când ești frustrat că n-ai reușit să ai mașina, casa, banii pe care ți i-ai dorit, adu-ți aminte că mor oameni zilnic pentru că n-au ce să mănânce!

Când risipești fără milă ore întregi la telefon, Tv sau social media, adu-ți aminte de cei care mai au doar săptămâni sau zile de trăit, sunt conștienți de-aceasta și savurează fiecare minut pe care-l trăiesc printre noi! Etc, etc... Adu-ți aminte, ia aminte, fi recunoscător!

Când este confruntat de împrejurări amenințătoare în care se pare că suferințele şi ofensa din partea celor ticăloşi sunt gata să fie experimentate, creştinul credincios are privilegiul de a spune împreună cu psalmistul: Domnul este de partea mea, nu mă tem de nimic; ce pot să-mi facă nişte oameni? (Psalmi 118,6)

Ramona Neculai
Bacău

„Am văzut că, dacă nu primim imediat răspuns la rugăciuni, noi ar trebui să ne menținem credința și să nu ne lăsăm cuprinşi de descurajare, căci aceasta ne va despărți de Dumnezeu. Dacă credința noastră șovăie, nu vom primi nimic de la El. Încrederea noastră în Dumnezeu trebuie să fie puternică, iar când vom avea cel mai mult nevoie de aceasta, binecuvântarea va cădea asupra noastră ca un ropot de ploaie." - Mărturii, vol. 1, p. 120, 121.

Andreescu Haralambie
Pucioasa – Maluri, Dâmbovița

***CURAJ! ÎNAINTE!** Rom 15,5. ...Oamenii nu mai au răbdare nici cu ei, mai puțin cu cei de lângă ei; vor să facă totul deodată: cu o mână pe calculator, iar cu cealaltă pe cana cu lapte și cu un ochi la "TV", pentru a nu scăpa ceva important. Își fugăresc viața! În criză de timp, alergând după autobuz și cumpărături, oamenii s-au dezvățat dramatic de umanul din ei. Nimeni nu mai are răbdare! DOAR DUMNEZEU ARE... EL E CEL CARE RABDĂ ȘI MÂNGÂIE!!! ...Trăim timpuri în care Dumnezeu cere de la copiii Săi tăcere, răbdare și... lacrimi! De aceea, nu cere să-ți fie ușurată povara vieții, ci CURAJ SĂ O POȚI PURTA! Nu cere mereu împliniri și realizări, ci RĂBDARE PENTRU A ACCEPTA FRUSTĂRILE! Nu cere mai mult, înainte de a spune: "MULȚUMESC DOAMNE!"*

Bugetarii cu handicap grav sau accentuat primesc un spor salarial de 15%

av. DANA BORDEIANU

După cum stabilește o hotărâre a Guvernului publicată in septembrie în Monitorul Oficial, toate persoanele care lucrează la stat și care dețin un certificat de încadrare în grad de handicap grav sau accentuat primesc, fără a se ține seama de tipul handicapului, un spor pentru munca desfășurată în timpul programului normal de lucru. În trecut, de acest spor beneficia doar o categorie de persoane cu handicap.

Hotărârea Guvernului nr. 751/2018 pentru stabilirea categoriilor de persoane cu handicap care beneficiază de un spor de 15% din salariul de bază/solda de funcţie/salariul de funcţie/indemnizaţia de încadrare, adoptată în cursul săptămânii trecute de Executiv și publicată marți în Monitorul Oficial, modifică categoriile de persoane cu handicap care beneficiază de **anumite sporuri**. Actul normativ a intrat în vigoare în momentul publicării, respectiv în data de 25 septembrie 2018.

Mai exact, actul normativ prevede ca toate persoanele angajate la stat ce au un certificat de handicap, fie el considerat grav sau accentuat, să primească un spor la salariul de bază pentru activitatea desfășurată în timpul programului normal de muncă. Sporul de care beneficiază toate persoanele cu handicap reprezintă **15% din salariul de bază**, solda de funcție, salariul de funcție sau indemnizația de încadrare.

Așa cum spuneam mai sus, sporul se acordă tuturor celor cu dizabilități, indiferent de tipul handicapului. Astfel, conform actului normativ, sporul se acordă pentru **handicap grav sau accentuat fizic, vizual, auditiv, surdocecitate, somatic, mintal, psihic, HIV/SIDA, asociat și boli rare.**

În trecut, de acest spor beneficiau **doar persoanele nevăzătoare** încadrate în grad de handicap grav sau accentuat, iar această situație reprezinta, în mod evident, o nedreptate pentru celelalte categorii de persoane cu dizabilități.

Așadar, măsura acordării sporului de 15% din salariul de bază tuturor persoanelor cu handicap reprezintă o acțiune menită să repare diferențele ce existau în trecut și să asigure egalitatea drepturilor persoanelor cu dizabilități încadrate în grad de handicat grav sau accentuat, indiferent de tipul acestuia.

****

Pentru salariații care lucrează la calculator, firma trebuie să asigure gratuit controale de vedere

Dacă au persoane care lucrează zilnic la calculator, companiile sunt obligate să le asigure acestora controale de vedere, aceasta fiind doar una dintre măsurile impuse de legislația din domeniul sănătății și securității în muncă (SSM).

Obligația angajatorilor de a asigura **controale periodice de vedere** pentru salariații care lucrează la calculator sunt incluse în *Hotărârea Guvernului nr. 1.028/2006 privind cerințele minime de securitate și sănătate în muncă referitoare la utilizarea echipamentelor cu ecran de vizualizare.*

Concret, salariaților trebuie să li se asigure un **examen corespunzător al ochilor și al vederii**, de către o persoană competentă în acest sens, înainte de începerea activității, adică **la momentul angajării**. Apoi, controlul la ochi trebuie **repetat la intervale regulate de timp**, însă și ori de câte ori apar probleme de vedere care pot fi cauzate de munca la calculator.

Dacă în urma controlului se descoperă că este nevoie de un **examen oftalmologic** (adică un control de specialitate, nu unul general), acesta trebuie să fie asigurat tot de către firmă. În plus, *„dacă rezultatele examenului (...) arată că este necesar și dacă nu se pot utiliza dispozitive normale de corecție, lucrătorilor trebuie să li se furnizeze dispozitive de corecție speciale, care să corespundă activității respective”*, scrie în hotărâre.

Așadar, **controalele de vedere și dispozitivele de corecție trebuie asigurate pe banii companiei**. Însă actul prevede și că *„protecția ochilor și a vederii lucrătorilor poate fi asigurată din punctul de vedere al costurilor în cadrul sistemului național de sănătate, în conformitate cu legislația în vigoare”*.

De principiu, angajatorii trebuie **să evalueze condițiile de SSM**, mai ales pe partea de riscuri pentru vedere, probleme fizice și solicitare mentală. În funcție de riscurile găsite, trebuie luate măsuri de protecție corespunzătoare.

„Angajatorul trebuie să planifice sarcinile lucrătorului astfel încât folosirea zilnică a ecranului de vizualizare să fie întreruptă periodic prin pauze sau schimbări de activitate, care să reducă suprasolicita-rea în fața ecranului de vizualizare”, mai scrie în HG nr. 1.028/2006.

Printre **cerințele minime** pe care trebuie să le asigure firmele pentru salariații care lucrează la calculator se numără următoarele:

- ecranul calculatorului trebuie să poată fi orientat și înclinat cu ușurință, în funcție de nevoile angajatului;
- trebuie să fie posibilă folosirea unui postament separat sau a unei mese reglabile pentru ecran;
- tastatura calculatorului trebuie să fie înclinabilă și separată de ecran, astfel încât să permită găsirea unei poziții de lucru confortabile;
- spațiul din fața tastaturii trebuie să fie suficient pentru a permite sprijinirea mâinilor.

Totodată, prevederile legale stabilesc că scaunul salariatului trebuie să fie stabil și să asigure atât libertate de mișcare, cât și o poziție confortabilă. Scaunul trebuie să fie reglabil pe verticală, iar spătarul trebuie să fie înclinabil și reglabil pe verticală.

Pe deasupra, firma mai trebuie să asigure birouri cu spațiu suficient, care să aibă o iluminare adecvată.

-sfârșit-

Sursa: www.avocatnet.ro

Pot sa fac asta

-prima parte-

de Robert Kiener

După ce a suferit arsuri grave, Catrin a avut o șansă dintr-o mie de a scăpa cu viață din această încercare. Cu excepția faptului că a avut ca deviză patru cuvinte: "Eu o pot face"

Catrin Pugh s-a întors acasă. Această galoasă (locuitoare a provinciei Galia – Marea Britanie) plină de energie de 19 ani se afla la sfârșitul unui contract de patru luni în magnifica stațiune de ski Huez, din Alpii francezi. Mai mult decât modest, salariul său de chelneriță și cameristă la un hotel, i-a permis să facă ski gratuit în zilele libere. Era pentru prima dată cînd tânăra era departe de familie și era nerăbdătoare să se reîntâlnească cu părinții săi, Sara și Carl, profesori amândoi, cu fratele ei Robert și cu sora sa Mari. Fiind din fire foarte independentă, Catrin ne-a mărturisit că vroia din toată inima să plece din țara ei și apoi pe când era departe de casă, adesea visa la viața pe care o ducea la Wrexham, în nordul țării Galilor, unde ea a crescut și studiat.

Pe data de 16.04. 2013, împreună cu 50 alți lucrători sezonieri, Catrin s-a urcat la bordul unui autocar (navetă) care trebuia să o ducă până pe cealaltă parte a munților, iar călătoria trebuia să dureze în jur de 20 ore. Ea a găsit imediat un loc în spatele șoferului experimentat, Maurice Wringhtson, pentru a profita la maxim de peisajele grandioase ale Alpilor.

Primul tronson al călătoriei, care se întindea pe o lungime de 14 kilometri, plecând de la stația de ski, este recunoscut în toată lumea, ca fiind urcușul cel mai dificil de parcurs din Turul Franței (ciclism). Fiecare din cele 21 de indicatoare, afișează și o placă cu vechii câștigători ai acestei etape.

Maurice conduce cu mare atenție autobuzul său de 12 tone, luând cu grijă un viraj după altul, pe când Catrin nu se mai sătura să admire spectacolul dat de crestele înzăpezite și de văile scăldate în soarele dimineții. Este așa de frumos, își repeta ea. O să mai revin într-o zi.

Deodată, după ce s-a angajat în linie dreaptă, înaintea ultimului din cele 21 viraje, mașina a început să accelereze. "Frânele!" a strigat Maurice, în timp ce mașina lua viteză și amenința să să cadă în prăpastie de la 100 metri. "Nu mai avem frâne !"

Pasagerii au început să țipe. Unii au alergat spre spatele autobuzului sperînd să deschidă ușa de urgență. Alții încercau să spargă ferestrele. Îngrozită, Catrin vedea din locul ei prăpastia din față și s-a gândit în sinea ei... Voi muri! Cu toții vom muri!

Șoferul a tras dintr-o dată cu putere de volan spre dreapta, cu speranța că lovindu-se de stâncile din lateral, va mai încetini autobuzul și va putea evita astfel prăbușirea în prăpastie. În același moment, Shaun Stewart, un prieten de-al lui Catrin așezat lângă ea, i-a făcut semn strigînd: "Pregătește-te !" I-a mai spus să-și întindă picioarele sub scaunul din față, pentru a nu fi proiectată prin parbriz în momentul impactului.

Mașina a lovit marginea stâncoasă, care a trîntit aproape toată lumea la podea. Zgomotul de geamuri sparte și de metal încovoiat a fost asurzitor. Răniți, amețiți și confuzi, pasagerii au început să iasă prin spatele autobuzului pe ușa de securitate, sau sărind pe fereastră. Apoi rezervorul de carburant care se afla în față a explodat și Maurice Wrightson a fost rănit.

Catrin a fost aruncată la podea. Maurice a strigat după ajutor. Flăcările se întindeau rapid pe podea și au ajuns-o pe tânără, care s-a trezit din starea de șoc. În câteva secunde, focul i-a învăluit trupul și a înghițit-o. Mirosul de piele arsă și motorină a umplut aerul.

Shaun s-a repezit spre ea pentru a o scoate din mașină. Cu ajutorul altor pasageri, a reușit să stingă flăcările care-i ardeau veșmintele și-i înroșeau pielea.

Lungită pe partea stângă a corpului, Catrin a putut să ridice și să-și privească mâma dreaptă care era arsă și plină de răni sângerânde. A început să țipe.

Durerea era atroce. Avea impresia că este pișcată de mii de viespi. Câțiva pasageri și-au deșirat cămășile pentru a-i bandaja capul și a opri sângerările. Un cerșaf a fost utilizat pentru a o proteja de soare. (Patru pasageri au fost grav răniți, iar șoferul a murit la locul accidentului).

Ajutoarele au sosit în sfârșit. Catrin s-a oprit din țipat, doar în momentul în care i s-a pus mască cu oxigen. Apoi și-a pierdut cunoștiința.

"Întoarcerea acasă repede"

Sara Pugh a primit un mesaj de la soțul ei, scurt și direct. "Vino acasă. Repede. Nu te speria." Dar în momentul în care intra în cochetul lor salon, fața lui Carl spunea altceva : "A fost un accident, spune el. Este vorba despre Catrin."

El i-a explicat că a primit un apel din Franța, dar nu știe prea multe detalii. I-a dat un număr de telefon de la un spital din Grenoble, unde se puteau interesa.

Catrin a fost evacuată și transportată cu elicopterul la Centrul Spitalicesc CHU din Grenoble, unde medicii au diagnosticat-o ca având arsuri pe 96% din corp. Doar pielea de pe cap a scăpat, o mică parte de pe față și picioare. Au decis să o transfere la un centru de tratament al arsurilor de la Lyon, care se află la o oră distanță de Grenoble.

După ce au reușit în sfârșit să obțină legătura telefonică cu Centrul, Carl a aflat că arsurile pe care le-a suferit fiica sa, erau așa de serioase că au decis să o pună în comă artificială. "Este foarte grav, i-a spus doctorul. Este bine să veniți imediat."

Medicul nu i-a spus însă că este foarte rar când un pacient supraviețuiește la arsuri pe o întindere așa mare.

Cei de la spital nu se așteptau ca fata să trăiască mai mult de câteva zile. Sara s-a îmbarcat pentru avionul de Lyon dimineața următoare. Carl, care se afla în scaun rulant de ceva timp, din cauza unei operații chirurgicale, s-a îmbarcat ziua următoare, împreună cu cumnatul său.

"Nu vreau să plâng"

În 24 de ore țesuturile din pielea lui Catrin și-au dublat aproape volu-

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

mul. Umflarea este cauzată de pierderea unei părți de lichid, din cauza vaselor distruse. Corpul încearcă să se trateze singur.

Arsurile i-au distrus sistemul imunitar și un colaps al întregului organism era posibil. Pentru a evita oprirea inimii, medicii trebuiau să acționeze repede, să-i facă transfuzii pentru a umple organismul cu lichidele care au fost pierdute din sângele care a circulat în jurul arsurilor. Pentru a o scuti de suferința care i-o provocau arsurile, au decis să o treacă în comă artificială și să fie pusă sub respirație artificială.

La spitalul din Lyon, Sara a stat de vorbă cu chirurgul șef care a pus-o în gardă : "Fața sa este foarte umflată. Nu este bine. Un părinte nu ar trebui să-și vadă copilul în această stare."

Sara și-a șters lacrimile și l-a întrebat: "Are vreo șansă să supraviețuiască la un astfel de accident ?"

Medicul a ezitat pentru câteva clipe, coborându-și ochii în pământ înainte de a înfrunta din nou privirea mamei. : "Puțini, foarte puțini pacienți supraviețuiesc în urma unui astfel de accident."

Înainte de a intra în camera de la terapie intensivă a spitalului din Lyon, Sara s-a înarmat cu curaj. Nu vreau să plâng. Trebuie să fiu curajoasă, își spuse în sinea ei. Apoi a văzut-o pe Catrin inconștientă, cuplată la un perete de aparate care scoteau sunete și emiteau semnale luminoase. Lămpi roșii aflate sub patul fetei o păstrau caldă. Întregul său corp era învelit într-o pătură termică și pe față avea puse bandaje albe. Totul era acoperit cu excepția unei jumătăți de față.

Sara a reușit să se stăpânească și să nu leșine văzându-și fata în această stare. Ar fi vrut să-și strângă copilul în brațe, dar îi era teamă să nu-i facă rău. Nu a mai putut să-și stăpânească lacrimile, gândindu-se că ar putea fi ultima oară, când o vedea în viață. Fii pozitivă, fii tare își spuse din nou.

Respirația ei era normală. Sara privea în zare peste arsurile roșii sau negre care-i acopereau fața și încerca să se consoleze cum putea mai bine : "Fata are dinții sprâncenele și genele intacte. Este încă fetița mea Cat."

S-a apropiat de ea și i-a atins brațul bandajat. "Este mama, sunt aici lângă tine", murmură ea. Chiar dacă i s-a spus că Catrin nu o poate auzi, ea continuă în șoaptă: "O să te vindeci." Însă ea era convinsă că, Catrin nu va supraviețui mai mult de câteva zile. Câteva minute mai târziu în sala de așteptare, Sara a izbucnit în plâns.

Pregătirea pentru ce era mai rău

În ziua următoare, după sosirea lui Carl și o vizită la Catrin, soții se pregăteau pentru ceea ce putea fi mai rău. Medicii le-au repetat iarăși că fiica lor "are foarte puține șanse" de a supraviețui arsurilor. În camera lor de la hotel, Carl i-a pus următoarea întrebare soției sale : "Părerile lor sunt unanime. Oare chiar a fost ultima dată când o mai putem vedea în viață ?" În puține cuvinte ea se stingea în fața noastră. Apoi el mai adăugă cu voce joasă : " Trebuie ca fata lui să iasă cu bine din această încercare."

Trebuie să fiu tare! După ce l-a regăsit pe fiul lor Robert, fratele lui Catrin, în salonul hotelului, și după ce Sara a reușit în sfârșit să adoarmă, s-a abandonat cu totul în durerea care-l încerca. De la nașterea sa, ea era "fata lui tati", jucăușă, permanent pregătită a-i face să râdă pe cei din jur. "Este foarte nedrept", i-a spus el lui Robert. Cei doi bărbați plângeau. Amândoi își luau adio în inimile lor de la Catrin.

-va urma-

Sursa : Selection.ca – 4-2018
*Trimis de **TRAIAN FLOREA** - Canada*

Spiritual Spiritual Spiritual Spiritual Spiritual

continuare din pag. 13

sunt atât de bune sau atât de rele, încât să pleci supărat din prezenţa Mântuitorului. Dar, după cum cel ce vine la Dumnezeu este plin de o nemaivăzută bucurie de viaţă, tot la fel, cel ce pleacă de la El este plin de o nemaivăzută întristare de moarte. Aici este marea diferenţă.„În adevăr, noi suntem înaintea lui Dumnezeu o mireasmă a lui Hristos printre cei ce sunt pe calea mântuirii, şi printre cei ce sunt pe calea pierzării: pentru aceştia, o mireasmă de la moarte spre moarte; pentru aceia, o mireasmă de la viaţă spre viaţă.“ (2 Cor. 2:15-16)

La răscruce

Diferenţa este legată de sensul drumului care duce la Iisus sau de la Iisus: Este El Cel la care vii sau Cel de la care pleci? Indiferent ce faci sau nu faci, El este şi rămâne acelaşi faţă de tine. Tu nu eşti acelaşi şi în aceeaşi situaţie dacă vii sau pleci. Aici se despart destinele oamenilor, aici este răscrucea vieţii şi a morţii. Depinde în ce mână sau pe ce mână mergi: cinci pâini şi doi peşti în mâna mea înseamnă un lucru, iar în mana lui Iisus, aceleaşi cinci pâini şi doi peşti înseamnă cu totul altceva. Una era Lazăr pentru Marta, „miroase greu“ (Ioan 11:39), alta era el pentru Isus: „Lazăre, vino afară!“ (Ioan 11:43)

Eşti un om bun? Atunci eşti singura fiinţă de acest fel, fiindcă Biblia spune: „Nu este niciun om neprihănit, niciunul măcar“ (Rom. 3:10), întrucât ceilalţi, fără excepţie, „au păcătuit şi sunt lipsiţi de slava lui Dumnezeu“ (Rom. 3:23). Cum ai ajuns la această concluzie? Cum ştii că este adevărat ce spui? Nu poţi să zici că eşti bun, fiindcă „nimeni nu este bun, decât Unul singur: Dumnezeu“ (Marcu 10:18). Nu poţi să te întrebi ce îţi mai lipseşte. Când îţi lipseşte Dumnezeu, totul îţi lipseşte. Chiar şi tu însuţi îţi lipseşti, fiindcă omul fără Christos nu este el însuşi. El nu are un nume real, starea percepută nu este adevărata lui stare, iar planurile lui sunt bazate pe iluzii.

Dacă ar fi să avem acces la arhivele lui Dumnezeu, am constata că numărul celor care refuză invitaţia harului pentru că sunt buni este cu mult mai mare decât al acelora care refuză fiindcă sunt răi. Indiferent în ce categorie ne-am găsi, a celor buni sau a celor răi, invitaţia lui Iisus ne cuprinde totuşi pe toţi: „«Duceţi-vă dar la răspântiile drumurilor şi chemaţi la nuntă pe toţi aceia pe care-i veţi găsi.» Robii au ieşit la răspântii, au strâns pe toţi pe care i-au găsit, şi buni, şi răi, şi odaia ospăţului de nuntă s-a umplut de oaspeţi.“ (Matei 22:9-10)

Aici, la această intersecţie, s-au petrecut multe lucruri cu efecte incalculabile. „Vino şi urmează-Mă“, i-a spus Iisus unuia, şi el a plecat întristat. „Vino după Mine“ (Matei 9:9), i-a spus El altuia, şi îndată acela şi-a lăsat îndeletnicirea şi L-a urmat pe Iisus.

-sfârşit-

SURSĂ: https://semneletimpului.ro/religie/crestinism/credinta/sunt-un-om-bun-de-ce-mi-ar-mai-trebui-credinta.html
Preluat cu permisiune

Când vine încercarea...

GEORGE UBA - vicepreședinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

”... să priviţi ca o mare bucurie când treceţi prin felurite încercări,
ca unii care ştiţi că încercarea credinţei voastre lucrează răbdare.”
Iacov 1,2.3

Era un concert așteptat. Calitatea acestei reprezentații stătea în reputația solistei, care excela în profesionalism și talent. Vocea ei era inegalabilă. A acceptat să cânte la un concert umanitar, iar banii care se strângeau erau donați unui spital pentru a se achiziționa incubatoare pentru copii. Prin acest proiect aveau să fie salvați mulți bebeluși care se năsteau prematur. Sala era plină. Personalități de seamă și oameni de afaceri dădeau garanția unei reușite sigure proiectului de strângere de fonduri. Celebra solistă era în centrul acestui demers. S-a pregătit în multe repetiții pentru a da o înaltă strălucire acestui moment. Luminile s-au aprins. Cortina a fost trasă și orchestra era la locul ei. Din partea stângă a scenei a intrat cea mai așteptată persoană. Îmbrăcată într-o rochie albă, cu o diademă albastră pe cap, solista a fost întâmpinată cu o cascadă de aplauze. Era fermecătoare și parcă simboliza puritatea și speranța. Deodată s-a întâmplat ceva neașteptat. Un spectator a urcat scena, clătinându-se pe picioare. Până când organizatorii să-și dea seama de intențiile instrusului, imprevizibilul personaj a luat microfonul și a spus câteva cuvinte cu care a înghețat audiența. A înjurat pe toți spectatorii, dar ceea ce a indignat cel mai mult a fost că a descalificat-o cu câteva cuvinte nedemne chiar și pe renumita solistă. A fost evacuat de urgență de paznici. Solista era în lacrimi. Nu merita gestul dement al celui care a jignit-o. Celebra solistă a luat microfonul și a anunțat, cu voce tremurândă că renunță la concert, explicând că nu poate trece peste trauma ce i s-a adus. Spectatorii au încurajat-o să-și schimbe decizia, apaludând-o și apreciind-o. Dar ea nu a cedat. Concertul nu s-a mai ținut. Banii pe bilete au fost dați înapoi spectatorilor, iar strângerea de fonduri nu s-a mai făcut. Bilanțul din anul acela: cincizeci și doi de bebeluși au murit din lipsa dotărilor din spital. Dacă renumita solistă ar fi mers înainte, concentrându-se pe binele ce urma să se facă prin acest concert, atunci acea cauză ar fi fost salvată.

Ne putem recunoaște făcând la fel pe drumul acestei vieți? Dacă avem un scop mare în viață, o viziune cerească, o misiune, un proiect măreț, cine ne poate abate de la direcția angajamentului nostru? De ce unii oameni abandonează traseul și ratează șansa vieții lor, acea mare dăruire, care este un eșantion din dragostea Creatorului? De ce atunci când sunt discreditați de persoane nedemne cedăm și renunțăm la viziunea noastră? Simplu, dar trist. Nimic mai mult decât concentrarea pe noi înșine, căutând să dovedind că avem valoare prin renunțare. ”Să vedem acum ce veți face dacă eu părăsesc traseul? Cum vă veți descurca fără mine?” Aceste gânduri, chiar dacă nu sunt explicite, ele sunt acolo și cheamă sentimente de aroganță mascate și de mândrie. Pierderea este dublă. În primul rând abandonăm misiunea noastră, care ne-a fost dată, aducând prejudicii mari printre cei care conlucrează cu noi și în rezultatele așteptate. Iar în al doilea rând aducem un prejudiciu propriei persoane, prin pierderea sensului slujirii, căutând să ne ne dăm nouă înșine valoare, atunci când cineva caută să ne destabilizeze. Dar valoarea există indiferent că cineva o contestă sau nu. Și în al treilea rând ne părăsim încrederea în Dumnezeu, care ne spune că înțelepciunea pe care o dă trebuie păstrată cu credință, altfel cine se îndoiește ”seamănă cu valul mării, tulburat și împins de vânt încoace și încolo.”

Dar noi mergem înainte pentru că rabdarea este rezultatul consecvenței de a rămâne statornic. Iar de aici se naște un caracter măreț, prin care arătăm din ce Izvor ne tragem și ce putem deveni în mâna Creatorului. Deci nu ne vindem!

-sfârșit-

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 28 a lunii de dinainte de luna de apariție a revistei.

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Doresc să corespondeze:

Deaconescu Adrian Dorel

Mă numesc Deaconescu Adrian Dorel, am 57 ani (n. 12.12.1960), am gr. 2, neuropsihic și doresc să cunosc o doamnă, cu aceeași dizabilitate, gr. 2, neuropsihic, o bună creștină, fără obligații, în vârstă de 48-55 ani, pentru prietenie / căsătorie, din toată țara, dar în mod special din Hunedoara, Timiș, Gorj, Alba, Arad și împrejurimile acestor județe. Persoanele care mă contactează pentru căsătorie să fie de religie baptistă, creștină după evanghelie sau penticostală și vârsta 49-56 ani. Nu răspund la persoane neserioase, doresc o relație pusă pe temelia lui DUMNEZEU și pe seriozitate. 0774-042022.

Mihai

Sunt din Argeș, am 43 de ani, nevăzător, doresc să-mi găsesc jumătatea, cu gr. 2 sau 3. 0754-434961. Nu răspund la bip, sms sau număr ascuns.

Sorin

Sorin Sărățeanu, Adventist de Ziua a Șaptea, "autentic". Vârsta 50 ani. Pensionar gradul al II-lea. Doresc a cunoaște o soră credincioasă, cu intenții serioase și vârstă apropiată, pentru prietenie în vederea căsătoriei. Tel. 0760-520492.

Anonimă

51 de ani, gr. 1, șatenă, ochi căprui cu nuanțe de verde, păr negru, 1,64 m, caut un băiat sufletist, de vârstă apropiată (mai mic cu 2 – 3 ani), gr. 2 sau 3, să locuiască în orașul meu. Ofer și doresc seriozitate. 0742-360572. Rog a fi sunată între orele 13-22.

Alin

Mă numesc Giuvelea Alin, sunt din Pucioasa, jud. Dâmbovița, am 36 de ani, caut o fată credincioasă, adventistă sau de altă religie, să fie sinceră și să iubească Cuvântul lui Dumnezeu, să îl vestim împreună. Să fie din Târgoviște sau județul Dâmbovița. 0734-762637.

Viorel

Viorel din Ploiești, 59 ani, 1.57 m, șaten, nefumător, ortodox, doresc să cunosc o d-nă minionă pentru o relație de lungă durată, chiar mai mult, să alungăm singurătatea. Sunt singur, fără copii sau alte obligații. Sunt pensionat medical cu o mică dificență de vedere (port ochelari). Te aștept cu mult drag lângă mine. 0724-624757

Cornel

Am 28 de ani, am probleme de vedere și caut o fată cu vârsta între 18-40 ani, în vederea unei relații serioase, pentru prietenie / căsătorie. 0757-474940

Constantin Gună Alexandru

Am 40 de ani, nu am probleme cu sănătatea, sunt ortodox și aș vrea să cunosc o doamnă pentru căsătorie. Pot fi contactat la orice oră, la nr de tel. 0720-609577. Sat Dâlga, str. Lalelelor, nr. 24, com. Dor Mărunt, jud. Călărași.

Iuliana

Mă numesc Iuliana, sunt din Bacău, am 24 de ani, am probleme cu vederea, gr. 2. Îmi caut jumătatea. Pot fi contactată la 0745-087638.

Mitică

Mă numesc Mitică, 54 ani, jud. Tulcea. Am diagnostic tetrapareză spastică, mă deplasez pe picioarele mele. Îmi doresc o persoană cu probleme de sănătate asemănătoare ca și mine, să locuiască la mine ...Urăsc mult minciuna... fără obligații, eu sunt țigan romanizat. Cine mă acceptă să mă sune. 0747-307659.

Emil

49 ani (nu arăt anii) azs, 1,58 m înălțime, 55 kg, gr. 2, locuiesc singur la țară (Teleorman). Am toate condițiile necesare unui trai decent. Iubesc grădinăritul și florile. Caut o fată minionă sau, dacă nu are complexe legate de înălțimea mea, eu o accept. Aș vrea să fie tot de gr. 2. Sunt un om f. înțelegător, blând, calm, îmi plac călătoriile și te aștept să vii în viața mea să ne-o facem plăcută. Pot fi contactat la tel. 0733-782107

Anonimă

50 de ani, gr. 1, șatenă, ochi căprui cu nuanțe de verde, păr negru, 1,64 m, caut un băiat sufletist, de vârstă apropiată (mai mic cu 2 – 3 ani), gr. 2 sau 3, să locuiască în orașul meu. Ofer și doresc seriozitate. 0742-360572

Marian

Mă numesc Joițoiu Marian, am 31 de ani, am probleme de vedere și doresc să comunic cu fete și băieți de vârstă apropiată, din întreaga țară. Pot fi contactat la 0785-710466

Nicușor

Bună! Mă numesc Surdu Nicușor, am 31 de ani, am mici probleme de sănătate (nu am handicap), lucrez în Alexandria și vreau să cunosc o fată de vârstă apropiată pentru o relație serioasă de prietenie, eventual căsătorie. Doresc să fie de religie ortodoxă și să nu aibă obligații. Mă puteți contacta la 0751-770 329.

Marius

Bună, mă numesc Marius, 39 de ani, sunt din Prahova, am probleme de sănătate și aș vrea să cunosc o fată sufletistă să mă poată accepta așa cum sunt eu, cu calitățile și defectele mele. Mă găsiți pe messenger coroby_marius, skype maricos26 sau la tel. 0720-645724 whatsapp

Mihai

Bună, mă numesc Mihai, am 35 de ani, am handicap gr. 2, doresc să fac cunoștință cu o fată în vederea unei relații serioase de prietenie / căsătorie, cu vârsta între 24 și 39 ani. Poate avea și un copil. Sunt din Craiova și lucrez ca tehnician medical la SMURD. Tel. 0768-265889 și 0773-935741. Puteți suna oricând. E-mail t.mihai94@yahoo.com

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

P.S. Pentru cei/cele care aleg să sune, rog ca limbajul și modul de exprimare să fie unul caracterizat de respect și bun simț. Îndemn să sune numai pe cei/cele care au gânduri și planuri serioase în ceea ce privește începerea unei relații.

„Dacă ești mulțumit
cu ceea ce ai,
Dumnezeu îți va da
și ceea ce îți lipsește!”

AM VRUT SĂNĂTATE

Doamne, am vrut să fiu și eu sănătoasă ,
Să mă consider și eu că-s frumoasă ,
În vis, într-o prințesă eu mă transformam
Și-n vis, frumoasă, sănătoasă, eu eram.

Dar mă trezeam și mă priveam cu jale
Și apoi plângeam căci nu găseam o cale
Să fiu frumoasă, să nu mă rușinez
Și nu știam cum să mai fac ca să trișez !

Până-ntr-o zi când Tu Te-ai îndurat
Și ai trimis un înger ce mi-a arătat
Că Tu mă prețuiești așa cum sunt
Și-mi vei da sănătate pe Noul Pământ!

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

„Dacă cred că există Dumnezeu
şi El nu există,
n-am pierdut nimic.
Dar dacă nu cred că există
şi El există cu adevărat,
atunci am pierdut foarte mult (totul).”
Blaise Pascal

ÎMPREUNĂ